ការចាក់ថ្នាំបង្ការរោគគ្រុនផ្តាសាយធំ

Flu Vaccination

WUML

10/1/06

រដូវគ្រុនផ្តាសាយធំកំពុងតែឈានជើង សន្សឹមៗចូលមក ដល់ហើយ។ ប៉ុន្តែ ប្រសិនបើលោកអ្នកអាចចាត់វិធានការណ៍ការពារបាន មេរោគវៃរើសពុំអាច មានលទ្ធភាព រាតត្បាតដល់រាងកាយរបស់លោកអ្នកបានឡើយ។

វេជ្ជបណ្ឌិត Jeanne Santoli ជាភូឈ្មួយប្ញនាយករងនៃមជ្ឈមណ្ឌលការពារនិង បង្រ្កាបជម្ងឺនៃសហរដ្ឋផ្នែកខាងវិធីបង្ការរោគ (U.S. Center for Disease Control and Prevention's Immunization Services Division) មានប្រសាសន៍ថា ការចាក់ថ្នាំបង្ការោគឲ្យបានរាល់ឆ្នាំ ជាមធ្យោបាយមួយដ៏ប្រសើរបំផុត ក្នុងការការពារកុំឲ្យឆ្លងរោគគ្រុនផ្តាសាយធំ ដល់លោកអ្នក, គ្រួសារ, និងសមាជិកក្នុងសហគមន៍។

ក្នុងឆ្នាំនេះរដ្ឋាភិបាលបានសំរាំងទុក ថ្នាំចំនួនដល់ទៅ 100 លាន doses សំរាប់ចាក់ឲ្យប្រជាជន បន្ទាប់ពីមានការខ្វះខាតកាលពីឆ្នាំមុន។ វេជ្ជបណ្ឌិត Santoli បន្ថែមទៀតថា នៅរដូវគ្រុនផ្តាសាយធំឆ្នាំ 2006 នេះ មជ្ឍមណ្ឌលបានផ្តល់យោបល់ឲ្យចាក់ដល់ក្មេងដែលមានអាយុពី 24 ខែ ទៅទល់នឹង 54 ខែដែរ (គឺ ពី 2ឆ្នាំ ទៅ 4 ឆ្នាំកន្លះ) ។ កាលពីមុន ក្មេងត្រូវមានអាយុពី 5 ឆ្នាំឡើងទៅ ទើបអាចចាក់ថ្នាំនេះបាន។

ការចាក់ថ្នាំការពាររោគគ្រុនផ្តាសាយធំរាល់រដូវស្លឹកឈើជ្រុះ មុនពេលរោគនេះចាប់ផ្តើមរាតត្បាត ជាកត្តាមួយសំខាន់ ជាពិសេស ចំពោះអ្នកដែលមានសុខភាពទន់ខ្សោយពុំអាចទប់ទល់នឹងមេ រោគផ្សេងៗបាន។ អ្នកទាំងនោះ មានរួមទាំង ក្មេងដែលមានអាយុ ពី 6 ខែទៅទល់នឹង 59 ខែ, ស្រ្តីមានផ្ទៃពោះ, អស់លោកចាស់ទុំដែលមានអាយុពី 50 ឆ្នាំឡើងទៅ, អ្នកដែលមានជម្ងឺរ៉ាំរ៉ៃ ដូចជា ជម្ងឺហឺត, ជម្ងឺបេះដូង, ជម្ងឺទឹកនោមផ្អែមឬមានមេរោគ HIV, និងអ្នកដែលធ្វើការនៅមន្ទីរថែរក្សាចាស់ទុំ។

ប៉ុន្តែ ម្យ៉ាងទៀត ជម្ងឺគ្រុនផ្តាសាយធំ អាចចាប់ផ្តើមធ្វើទុកខ្លាំងជាងគេ រហូតដល់ខែ មករា។ ដូច្នេះ ការចាក់ថ្នាំការពារយឺតបន្តិច ក៏នៅតែប្រសើរ ជាជាងពុំបានចាក់ទាល់តែសោះដែរ។

ជាទូទៅ រដូវគ្រុនផ្តាសាយធំ ច្រើនចាប់ផ្តើមពីខែ វិច្ឆិកា (11) ដល់ខែ មេសា (4)។ ប៉ុន្តែ វាក៏អាចឆាប់ចាប់ផ្តើមហើយអាចមាននៅយូរបានដែរ។

ចំពោះអ្នកដែលខ្លាចម្ជុល ការបង្ការរោគនេះអាចធ្វើបានដោយប្រើថ្នាំសំរាប់ច្របាច់បាញ់ចូលតាមរន្ធច្រមុះ ហៅថា Flumist។ ថ្នាំប្រភេទនេះ គួរប្រើតែចំពោះអ្នកដែលមានសុខភាពបរិបូណ៍, ស្រ្តី

ដែលពុំមានផ្ទៃពោះ, និងអ្នកដែលមានអាយុពី 5 ឆ្នាំ ទៅទល់នឹង 49 ឆ្នាំ។ ការដែលខុសគ្នានេះ គឺ ថ្នាំ Flumist មានកម្លាំងខ្សោយ ជាងថ្នាំចាក់។

ជារៀងរាល់ឆ្នាំ នៅក្នុងសហរដ្ឋ មានមនុស្សចំនួនពី 5 ភាគរយ ទៅ 20 ភាគរយ ដែលធ្លាក់ខ្លួនឈឺដោយសាររោគគ្រុនផ្តាសាយធំ ហើយនាំឲ្យមានមនុស្សចំនួនជាង 20 ម៉ឺននាក់ចូលសំរាន្តក្នុងមន្ទីរពេទ្យ និងប្រហែល 3 ម៉ឺន 6 ពាន់នាក់ស្លាប់បាត់បង់ជីវិត។

វេជ្ជបណ្ឌិត Santoli បន្តទៀតថា រោគគ្រុនផ្តាសាយធំដែលមានតែតាមរដូវ មានលក្ខណៈខុសប្លែកពីរោគគ្រុនបក្សី ដែលមាននៅក្នុងមជ្ឈដ្ឋានអន្តរជាតិ ហើយដែលធ្វើឲ្យមនុស្សទាំងអស់មានការភ័យបារម្ភ។ រោគប្រភេទនេះ ពុំមានថ្នាំអ្វីសំរាប់ចាក់ការពារបានឡើយ។

ដំណឹងដែលល្អមួយ គឺមេរោគ H5N1 ដែលជាមេរោគបណ្តាលឲ្យកើតរោគគ្រុនបក្សី នៅពុំទាន់ឃើញមានក្នុងទ្វីបអាមេរិកាំងខាងជើងនៅឡើយទេ ទោះបីជា អ្នកជំនាញការខាងវិជ្ជាពេទ្យ បារម្ភខ្លាចក្រែងមេរោគនេះ អាចក្លាយខ្លួន ហើយឆ្លងពីមនុស្សម្នាក់ទៅមនុស្សម្នាក់ទៀតបាន យ៉ាងណាក៏ដោយ។

បន្ទាប់ទៅនេះជាយោបល់ខ្លះៗ ចេញពីមជ្ឈមណ្ឌលការពារនិងបង្ក្រាបជម្ងឺ Center for Disease Control and Prevention ក្នុងការចាត់វិធានការណ៍ ការពារ កុំឲ្យមានឆ្លងរោគគ្រុនផ្តាសាយធំ៖

- ជៀសវាងកុំនៅជិតអ្នកដែលមានរោគគ្រុនផ្តាសយធំ
- លាងដៃឲ្យស្អាត ហើយឲ្យបានញឹកញាប់។ មេរោគគ្រុនផ្តាសាយធំអាចទុំលើដៃ ហើយរស់បានក្នុងរយៈពេលពី 2 ទៅ 8 ម៉ោង
- ជៀសវាងកុំយកដៃប៉ះភ្នែក, ច្រមុះ, និងមាត់។ មេរោគនេះច្រើនឆ្លង នៅពេលដែលអ្នកមានប្រឡាក់មេរោគ ហើយយកដៃទៅប៉ះភ្នែក, ច្រមុះ, និងមាត់។
- ប្រសិនបើអាចធ្វើទៅបាន នៅពេលលោកអ្នកគ្រុនផ្តាសាយធំ សូមនៅក្នុងផ្ទះ កុំអញ្ជើញទៅធ្វើការ, សាលារៀន, ឬ កន្លែងសធារណៈផ្សេងៗ ពីព្រោះលោកអ្នកអាចចម្លងមេរោគទៅ អ្នកដទៃទៀតបាន។

ចំពោះពត៌មាន សូមពិភាក្សាជាមួយគ្រូពេទ្យប្រចាំកាយរបស់អស់លោក-លោកស្រី ឬអានវិបសៃរបស់សមាគមន៍អាមេរិកាំងផ្នែកជម្ងឺសួតផ្នែកកម្មវិធីបង្ការរោគគ្រុនផ្តាសាយធំ (American Lung Association's Influenza Prevention Program. www.facesofinfluenza.org .

អត្ថបទនេះ ដកស្រង់និងបកប្រែចេញពី Healthfinder ដែលជាកម្មវិធីនៃក្រសួងសុខភាព និងមនុស្សធម៌នៃសហរដ្ឋអាមេរិក (Department of Health and Human Services) ដោយមណ្ឌលមេត្តាសុខភាព នៃមណ្ឌលសុខភាពសហគមន៍ក្រុងឡូវែល។

http://www.healthfinder.gov/news/newsstory.asp?Docid=535021